

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia adalah makhluk sosial yang tidak dapat hidup sendiri dan membutuhkan orang lain melalui membangun suatu hubungan untuk mewujudkan tujuan di dalam hidupnya. Sebagai makhluk sosial manusia dalam bertingkah laku selalu melakukan penyesuaian diri dengan lingkungannya. Bila individu ingin berhasil dalam penyesuaian diri dengan lingkungan sosialnya diperlukan keterampilan sosial (Ifdil, 2013)

Salah satu indikator penguasaan keterampilan sosial yang baik dalam menjalin hubungan dengan seseorang adalah dapat melakukan komunikasi yang efektif. Komunikasi akan lebih efektif dan menyenangkan jika seseorang mampu dan berani mengungkapkan pikiran dan perasaan secara terbuka dan lancar. Untuk menjalin suatu hubungan baru dengan sesama makhluk sosial diperlukan adanya kemampuan seseorang mengungkapkan pikiran dan perasaannya secara terbuka terhadap orang lain yang disebut pengungkapan diri (Ifdil, 2013)

Seseorang menceritakan sesuatu tentang dirinya kepada orang lain secara rinci, maka orang lain pun cenderung untuk mengungkapkan secara rinci pula. Individu yang menceritakan kepada orang lain sebagian kecil saja atau tidak rinci maka orang lainpun cenderung untuk mengungkapkan secara tidak rinci pula. Pengungkapan diri sangat berpengaruh dengan

siapa seseorang terbuka dengan orang lain. Semakin akrab hubungan seseorang dengan orang lain, maka semakin terbuka individu kepada orang tersebut, demikian juga pula sebaliknya. Orang lain (*target person*) yang biasa dijadikan tempat mencurahkan permasalahan individu adalah ibu, bapak, teman, teman sejenis, teman lawan jenis, dan pasangan/pacar (Gainau, 2009)

Pengungkapan diri merupakan sebagai tindakan seseorang dalam memberikan informasi yang bersifat pribadi pada orang lain secara suka rela dan disengaja untuk maksud memberi informasi yang akurat tentang dirinya. Menjalin hubungan dengan individu lain, dibutuhkan adanya saling kepercayaan seperti hubungan interpersonal, dimana seseorang memiliki peran tersendiri di dalam kehidupan individu layaknya dengan keluarga, rekan kerja, atau kekasih. Ada faktor yang mempengaruhi dalam hubungan pertemanan. Faktor-faktor tersebut antara lain memilih dan menjalin pertemanan dengan orang lain misalnya kesamaan sifat, atau kesukaan, hobi, jarak rumah, orang tua dan kemampuan mengelola emosi (Ifdil, 2013).

Umumnya dalam menjalin hubungan pertemanan pasti dialami oleh setiap mahasiswa dengan cara menemukan persamaan dan perbedaan kemudian saling menerima antar diri masing-masing untuk saling mendukung demi mewujudkan tujuannya. Agar hubungan individu terjalin secara harmonis dengan lingkungan sosialnya, individu dituntut mampu menyesuaikan diri dengan masyarakat, penyesuaian sosial merupakan

salah satu aspek psikologis yang perlu dikembangkan dalam kehidupan individu, baik penyesuaian diri individu lain didalam kelompok maupun diluar kelompok (Ifdil, 2013).

Berdasarkan hasil penelitian Ifdil (2013) yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa penelitian terhadap video rekaman konseling terhadap 120 mahasiswa dan 120 mahasiswi mengungkapkan bahwa konselor yang mengungkapkan diri secara signifikan lebih baik dari konselor yang tidak seterusnya dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa 96 konselor menggunakan 11 jenis pengungkapan diri, yang bervariasi dalam keintiman dari informasi insidental (usia, ras) dan yang paling sering digunakan adalah pengungkapan diri dalam hal pengungkapan emosional yang positif terhadap klien. Sehingga pengungkapan diri yang baik harus dimiliki oleh seorang konselor karena secara signifikan dapat mempengaruhi pengungkapan diri klien. Selain itu, pengungkapan diri juga akan menunjang optimalisasi peran mahasiswa dalam menjalankan proses perkuliahan.

Pengungkapan diri dapat diakui penting bagi perkembangan individu, sebagian orang enggan untuk melakukannya. Pada dasarnya keengganan atau kesulitan individu dalam mengungkapkan diri banyak dilandasi oleh faktor resiko yang akan diterimanya di kemudian hari. Disamping itu, karena belum adanya rasa aman dan kepercayaan pada diri sendiri. Resiko yang dimaksud dapat berupa bocornya informasi yang telah diberikan seseorang kepada pihak ketiga, padahal informasi tersebut

dianggap sangat pribadi bagi dirinya. Bisa juga informasi yang disampaikan dianggap menyinggung perasaan orang lain sehingga dapat mengganggu hubungan interpersonal yang sebelumnya sudah terjalin dengan baik (Gainau, 2009)

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Dian (dalam Gainau, 2009), menunjukkan bahwa 35% siswa mengungkapkan diri secara terbuka, sedangkan 50% siswa kurang mengungkapkan diri secara terbuka dan penelitian Dewi (dalam Gainau, 2009), menunjukkan bahwa hanya 24,55% siswa yang terampil dalam membuka diri, sedangkan sebagian besar 43,63% siswa yang kurang terampil membuka diri.

Perbedaan pengungkapan diri diri antara pria dan wanita menurut Jourard (dalam Puspito dkk, 2006) terjadinya karena adanya harapan yang berbeda terhadap pria dan wanita. Harapan bagi pria untuk tampak lebih kuat, objektif dan kerja keras, dan tidak emosional dapat menghambat pengungkapan diri pada pria, sedangkan harapan diri bagi wanita untuk mampu menolong dan menyenangkan orang lain dapat meningkatkan pengungkapan diri pada wanita, hambatan dalam mengungkapkan diri juga disebabkan karena adanya rasa malu untuk berterus terang tentang perasaan, keinginan dan hal-hal yang tidak baik bila diketahui orang lain. kesulitan dalam mengungkapkan diri terjadi karena penyampaian informasi negatif dapat mengganggu hubungan dengan orang lain meskipun sebenarnya perlu disampaikan kepada orang lain.

Menurut Wang dan Andersen (2008) menemukan bahwa pengungkapan diri memiliki korelasi yang kuat dengan kualitas persahabatan antar individu. Pengungkapan diri merupakan hal yang fundamental dalam komunikasi interpersonal. Pengungkapan diri dianggap hal yang utama dalam pembentukan, pemeliharaan hubungan dekat antar individu, pengungkapan diri merupakan mekanisme yang paling penting dalam pembentukan keintiman dengan orang lain. Tanpa pengungkapan diri mustahil untuk membentuk keintiman, rasa dekat dan hubungan yang bermakna dengan orang lain.

Kualitas pertemanan yang baik akan menghasilkan kasih sayang, saling memiliki, pengungkapan diri, intimasi pertemanan, kesenangan, berbagi pengalaman, dan melakukan petualangan. Salah satunya pengungkapan diri individu bermanfaat untuk mengetahui respon kenalan baru, lebih dekat dengan kenalan baru, saling bertukar informasi, mengidentifikasi kepribadian baru, memprediksi tingkat kepercayaan kepada orang yang baru dikenal, dan ketertarikan pada kenalan baru untuk kelanjutan hubungan dimasa mendatang dengan adanya kesediaan individu dalam mengungkap informasi yang bersifat pribadi tentang diri sendiri kepada orang lain secara sukarela dalam rangka mengembangkan kedekatan (intimasi) terhadap lawan interaksinya (Karina & Suryanto, 2012)

Menurut hasil penelitian Karina dan Suryanto (2012) dapat disesuaikan dimana terdapat 44% variasi penerimaan sosial yang

dijelaskan oleh variasi keterbukaan diri sedangkan sisanya 56% dijelaskan oleh sebab-sebab lain di luar model. Berarti bila individu memiliki kesediaan untuk mengungkapkan informasi yang bersifat pribadi tentang diri sendiri kepada orang lain, maka individu tersebut juga akan memiliki kesediaan untuk menerima kehadiran orang lain dan melibatkan mereka dalam interaksi sosial.

Intimasi sebagai elemen afeksi yang mendorong individu untuk selalu melakukan kedekatan emosional dengan orang yang dicintainya. Pada saat ini, orang-orang akan menghadapi tugas perkembangan antara menjalin hubungan yang intim dengan orang lain atau terisolasi secara sosial. Intimasi seperti menemukan bagian diri sendiri dan kehilangan bagian diri kita di dalam diri orang lain. Mengembangkan hubungan persahabatan yang sehat dan hubungan yang intim dengan pasangan maka intimasi mungkin tercapai (King, 2012)

Bentuk-bentuk intimasi yaitu dari persaudaraan, persahabatan dan percintaan. Kehidupan bersama tersebut memungkinkan segala hubungan terjadi misalnya keakraban, kedekatan, dan interaksi. Suatu hubungan timbal balik antar individu, yang terwujud dengan saling berbagi perasaan dan pikiran yang mendalam, saling membuka diri serta menerima dan menghargai satu sama lain. Pengungkapan diri yang melibatkan emosi yang menjadi hidup untuk menghasilkan keintiman yang lebih dalam daripada mereka yang hanya faktual karena pengungkapan tersebut

membuka jalan bagi pendengar untuk mendukung dan mengkonfirmasi aspek inti pandang pemberi informasi diri (Laurenceau & Barret, 1998)

Intimasi juga meliputi kebutuhan untuk membentuk hubungan bagi tingkah laku manusia dan rasa saling memiliki. Dalam masa remaja akhir dan dewasa awal, membangun hubungan keintiman dengan lawan jenis merupakan salah satu tugas perkembangan individu. Keberhasilan maupun kegagalan individu untuk membentuk keintiman dengan individu lain akan menjadi pencapaian penting bagi rasa keberhasilan pada masa perkembangan ini. Sebagaimana disampaikan oleh Lauer dan Lauer (2000) sebelumnya, bahwa pengungkapan diri merupakan faktor yang dianggap penting untuk dapat terbentuknya keintiman ini, maka dapat dikatakan, keberhasilan penyelesaian tugas perkembangan pada masa ini tidak dapat dilepaskan dari keberhasilan individu untuk melakukan pengungkapan diri dengan individu lain.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Agusdwitanti dkk (2015), dari hasil analisis data yang diketahui terdapat hubungan yang signifikan antara kelekatan dengan intimasi pada dewasa awal dengan korelasi sebesar 0,261 ($p < 0,05$). Hal ini kemungkinan dikarenakan hubungan yang baik dengan pengasuhnya diwaktu kecil dapat membantu dewasa awal menjalin hubungan yang baik dan kecenderungan untuk membentuk ikatan emosional intim pada individu-individu tertentu, dianggap sebagai komponen dasar dari sifat manusia dan terus berlanjut sampai kehidupan dewasa bahkan usia tua.

Sebagian mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau mampu melakukan pengungkapan diri ketika memiliki tujuan yang sama seperti mengerjakan tugas dengan teman sekelas, tujuan organisasi dan kebutuhan akademis lainnya. Sehingga dengan adanya pengungkapan diri yang dilakukan hanya sesuai kebutuhan, terjalinlah intimasi dalam pertemanan. Hanya saja apabila masing-masing tujuan secara individu telah tercapai maka mahasiswa mulai mengalami kesulitan mempertahankan intimasi dalam pertemanan karena kesibukan, keegoisan, miskomunikasi, hubungan menjadi dingin dan saling mengabaikan.

Pengamatan penulis selama menjadi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau, peneliti menemukan fenomena dimana mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau lebih peka dalam memahami afeksi dan bahasa verbal dalam pertemanan pada mahasiswa. Berdasarkan fenomena diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan pengungkapan diri dengan intimasi pertemanan pada mahasiswa.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas dapat dirumuskan masalah penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan pengungkapan diri dengan intimasi pertemanan pada mahasiswa?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah mengetahui hubungan pengungkapan diri dengan intimasi pertemanan pada mahasiswa.

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan pada penelitian ini dapat diambil beberapa manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis setelah mengkaji hasil dari penelitian ini, akan menambah wawasan dan ilmu pengetahuan dalam bidang Psikologi Sosial sehingga dapat dijadikan referensi penelitian-penelitian yang akan datang dalam bidang ilmu Psikologi, khususnya Psikologi Sosial, dan Psikologi Perkembangan.

2. Manfaat Praktis

Hasil dari penelitian ini dapat membantu mahasiswa untuk menjalin hubungan intimasi melalui pengungkapan diri dengan cara menanam pengertian dan perasaan positif mahasiswa dengan demikian akan menciptakan kepercayaan dan keakraban yang baik dalam pertemanan secara sosial dan akademis.